

# 新思路 新趋势 新未来

## ——2023年全国群体干部培训班传递思考的力量

本报记者 林剑

“在中国近现代历史上，全民健身是一项伟大的文化运动，无论发展规模、持续时间，还是社会吸引力、影响力，都是其他任何一项文化活动无可比拟的。”这是日前武汉举行的2023年全国群体干部培训班上，华南师范大学教授卢元镇的介绍。本次培训班内容丰富，体育总局、省市区体育行政部门分管全民健身工作主要领导、多地群体处负责人均进行了授课交流，卢元镇及北京师范大学教授吕绍钧从学者角度对全民健身工作进行了深度思考，这些都为参加培训的全国各地群体干部拓宽了视野、打开了思路。

### 全民健身的理想状态

卢元镇在授课中指出，全民健身是多种管理元素组合而成的一种特殊的社会文化活动，其中至少应包括参与者、社会体育指导员、社团、场所、活动和经费等六个主要元素。当这六种元素同时出现并相互准确搭配的时候，全民健身才能达到理想状态和最

高境界。

这六个元素不是孤立行事的，必须把社团建立到活动场所，把社会体育指导员安置在体育社团，而体育社团应该成为参与者与组织者的自发组织，要把活动资金落实到体育社团和活动场所，由社团在场所开展有特色的活动，环环相扣形成一条稳固的链接，这是全民健身的理想状态。

### 全民健身未来的新趋势

卢元镇表示，未来将是中国全民健身的一个黄金时代。经历了多年量的积累、质的提升，全民健身的本土精神与大众体育的国际潮流将得到充分融合，这一以创新、协调、绿色、开放、共享发展理念为基调，以亿万民众平等参与为追求，以城市规模为基本单位，以体育改革为前提，以智能化、大数据为支撑的新时代体育，必将造福千家万户，必将在世界文化之林占据一席之地。

谈及全民健身未来的新趋势，卢元镇表示，首先是社会经济环境将为全民健身发展提供良好基础性条件，主要表现在国家将完成经济的加速

转型，为全民健身提供坚实基础，以及城市化的加速发展将给体育带来良好机遇。其次是社会结构的变化将给全民健身增加新的不确定性，主要表现在人口老龄化加剧、慢性病肆虐及心理健康问题多发。第三是健康生活方式将作为体育休闲发展的终极目标。无论如何，人们对体育休闲更加重视、更加认可的态度，将使得体育休闲占据更高的社会文化地位。未来的社会转型，将为全民健身的华丽转身释放更多的机遇与资源，将一如既往地坚持“以人为本”的原则，参与人们生活方式的转变，生活质量的提升，在中国健康文化大系统的各种要素中，全民健身必将成为最积极、最有效，也是最具活力，最受欢迎的一个。

### 为乡村振兴贡献体育力量

日前，多部门联合印发了《关于推进体育助力乡村振兴工作的指导意见》(以下简称《指导意见》)，作为《指导意见》的起草者之一，吕绍钧也分享了体育助力乡村振兴的思考。

他介绍说，《指导意见》明确提

出，以体育助力乡村建设，让农村更繁荣；以体育赋能农业发展，让农业更兴旺；以体育促进农民健康，让农民更幸福；以体育丰富乡村文化，让乡村更文明。实现这些目标要通过加强乡村全民健身公共服务体系建设，大力发展乡村体育产业，加强乡村体育人才队伍建设，发展繁荣乡村体育文化，发展乡村绿色生态体育，加强乡村全民健身组织建设。《指导意见》还细化提出了乡村公共健身设施提升专项行动、运动健康中心建设专项行动、乡村社会体育指导员领军人才培养计划、乡村体育后备力量“雏鹰计划”“美丽乡村”品牌体育赛事活动等五大行动，充分发挥体育的多元价值和综合功能，在乡村振兴战略中发挥出更大的作用。

对于后续工作，吕绍钧介绍说，总局将会同有关部委，就《指导意见》各项工作细化分工，明确责任部门和工作步骤，建立长效工作机制，指导推动地方各级政府积极开展体育助力乡村振兴工作落地落实，推动在乡村构建更高水平的全民健身公共服务体系。

### 健身快车

## “九九重阳”科学健身指导进燕园

**本报讯** 为贯彻落实全民健身国家战略，积极应对人口老龄化，弘扬中华民族爱老敬老的传统美德，营造全社会共同关心老年人身心健康的良好社会氛围，近日，2023年“九九重阳”科学健身指导活动走进北京泰康之家·燕园，给老年人送科学送健康。活动由中国老年人体育协会、国家体育总局健身气功管理中心、国家体育总局运动医学研究所主办，吸引了百位老年人参加。

中国老年人体育协会现场赠送了持杖健步走手杖120副，八段锦教学书籍、光盘、小音箱一批。随后，国家体育总局运动医学研究所运动医学监督研究中心副主任梁辰、国家体育总局健身气功管理中心研究员丁丽玲、持杖健步走专家姚新新等进行科学健身讲座、手杖展示教学及健身气功展示教学，并

与场下老年人进行互动。

居住在燕园的老年人平均年龄82岁，日常开展科学健身有助于提高他们的身体机能，负责人表示，引导燕园老年人科学健身，养成健康的生活方式，将贯穿到泰康之家活动的各方面各环节，我们将更加精准聚焦老年人多样化健身需求，从而带着情怀服务好老年人精神文化生活和体育生活。

2023年“九九重阳”全民健身主题活动覆盖全国，活动遵循深入基层、因地制宜、安全有序的原则，内容涵盖范围广、形式多样。中国老年人体育协会与全国体育界在重阳节前后大力传播积极老龄观，开展爱老敬老活动，发扬爱老敬老传统美德，营造爱老助老良好社会氛围，不断增进老年人的获得感、幸福感、安全感。(李金霞)

## 总局离退休干部局举办 人民健康“五进”关爱服务专场活动

**本报讯** 为倡导科学健康生活方式，保障机关离退休干部身体健康，近日，国家体育总局离退休干部局邀请2023年人民健康“五进”关爱服务计划主办单位，举办国家体育总局离退休干部局专场活动。

现场通过科普讲座、健康检测、脑力游戏、专家义诊咨询等形式，针对老同志身心发展特点科普健康知识。在健康检测体验区，工作人员热情服务，为老同志耐心讲

解健康养护、科学饮食等知识，进行血压、血脂、眼底健康等项目检查，气氛温馨融洽。在脑力游戏区，老同志通过趣味游戏环节，锻炼记忆及思维能力。

大家纷纷表示，此次活动内容丰富，形式活泼多样，贴合老年人实际需求，针对性强，互动性强，专家讲解细致认真，纠正了许多常见的健康误区，收获了不少健康科普知识，获益良多。

(李金霞)

## 总局秦皇岛基地携手好家庭集团 加速打造数字化体能训练体系

本报记者 林剑

日前，第二届“体育训练基地建设与发展”研讨会在国家体育总局秦皇岛基地举办，本次研讨会主要围绕“体育+AI”创新应用与智慧基地建设，探索“加快建设体育强国背景下的体育训练基地建设”的新理念、新动能、新模式、新机制与综合化发展。

研讨会开幕式还进行了“体育训练基地建设与发展”论文颁奖仪式，好家庭集团TopSupport国际运动表现与康复中心(简称TS)副总经理余唯乐发表的《基于北京冬奥会备战经验提出我国运动表现提升中心建设及运营相关建议》行业论文获得一等奖，为新时期体育训练基地的数字化升级建设与运营，提供了具有指导意义的创新实践价值。

秦皇岛训练基地是国家体育总局京外直属综合性训练基地，集科学训练、全民健身、体育科普、体育产业、竞赛培训、文化教学为一体。成立50年以来，秦皇岛训练基地已培养出近百位奥运冠军、世界冠军及一大批体坛名将。

2014年，为助力秦皇岛基地打造更高水平的竞技体育科学训练中心，好家庭集团TS向该基地捐赠了价值100万元的体育器材，为基地导入数字化体能训练体系。2015年，好家庭集团和秦皇岛基地共同为“好家庭杯”全国女子手球锦标赛提供备战体能训练与康复服务，为比赛的成功举办提供了强有力的保障。

据好家庭集团总经理张佳兴介绍，好家庭集团将再次和秦皇岛基地展开合作，共同打造国际一流的数字化竞技体育体能训练中心，加速推进基地的科学化升级迭代。“好家庭TS将借助数字化的技术优势和国际领先的体能训练设备和方法，不断探索和创新先进的运动表现体能训练和康复服务理念和方法，将为秦皇岛基地的高质量发展提供强有力的支持，共同推动中国竞技体育科学训练事业的繁荣发展。”张佳兴说。

## 毽舞飞扬 精彩无限

### ——记2023年全国毽球锦标赛

本报记者 轶学超

由国家体育总局社会体育指导中心、中国毽球协会主办，湖北省社会体育管理中心、鄂州市文化和旅游局(体育)局、鄂城区委员会、鄂城区政府承办的“武昌鱼杯”2023年全国毽球锦标赛，近日在湖北省鄂州市举办，来自全国各地的300多名运动员参加了比赛。

比赛秉承“简约、共享、精彩、安全”的办赛原则，围绕“赛事+”做文章，深化文体旅深度融合，进一步丰富了全民健身活动，有力推动了“健康鄂城”发展，为打造全国毽球之乡、弘扬中华传统体育文化，推动毽球运动交流提升，助力建设

体育强市强省打下了坚实基础。

赛场上是激烈的比拼、飞舞的毽球，赛场下是真诚的祝贺、文明的交流，2023年全国毽球锦标赛很好地诠释了淡化锦标、重在参与的全民健身原生态。

毽球运动作为一项中华民族传统体育活动，深受广大群众的喜爱，有着广泛的群众基础。活动组织方介绍说，搞好毽球发展，必须从青少年儿童抓起，毽球具有民族性、大众性、竞技性、安全性、健身性、国际性六大特点，毽球是纯粹的民族传统体育，承载了厚重的历史文化，有益于提升民族意识，增强民族自豪感，同时因隔网比赛，安全上得到一定保障。

今年33岁的宁夏毽球运动员陆凯告诉记者，他从踢普通毽子到踢毽球，已经坚持了二十多年，从一名少年变成了青年，而最

大的变化是，小时候经常生病吃药，如今身体变得强壮，很少生病，而且社交圈子也变大了，因相同爱好经常在一起训练踢毽球的有30多人，每星期坚持3至4天，每次两个小时左右的训练时间。

陆凯介绍，他是一名个体工作者，不忙时经常到全国各地参加比赛，这与家庭的支持分不开，特别是当地体育部门和协会经费上的支持，让宁夏的毽球运动员有更多机会与全国毽球爱好者切磋技艺，提高技术，取得好成绩。2023年连续两次在国家级毽球比赛中获得冠军。

“目前我在区级毽球协会担任监事职务，为了更好地推广毽球运动，协会经常组织毽球进校园、进社区活动，并通过宣传，扩大毽球爱好者群体，以此为毽球事业贡献力量。”陆凯说。



主办方供图

## 北京市民体质促进民俗趣味运动会 增进邻里友谊 助力健康生活

本报记者 顾宁

日前，2023年北京市民体质促进民俗趣味运动会在北京市朝阳区将台地区举办，300余名居民参加相关活动。本次活动由北京市社会体育管理中心等主办，北京市社区体育协会等承办，北京德贤体育文化有限公司协办。

本次赛事中体质促进项目包含平衡前进、收腹击地、屈体移球等项目，滚铁环、丢沙包、踢毽子、拔河等民俗传统体育项目则让大家感受了童年的乐趣，时下流行的飞盘、飞镖、足球等，兼具趣味性与运动性，旨在引领辖区群众积极参与体育运动，养成自觉锻炼的习惯。同时，活动现场还融入了冰雪体验项目，让大家更好地学习并参与冰雪运动。

“这次体质促进民俗趣味运动会的举办，既丰富了我们的文化生活，也拉近了邻里之间的距离，和孩子一起参与比赛，让我找到更多的运动乐趣。”参加完拔河比赛的居民刘畅说。

值得一提的是，活动现场由北京市社会体育管理中心组织发起的“量身体育行动”，也得到了广大居民的关

注与参与。不需要繁琐的步骤，只要用手机扫描“北京健身汇”的二维码，就能在系统中根据指令进行相应的项目体验与测试，从而帮助广大群众科学选择适合自己的运动项目。

北京市社会体育管理中心相关负责人表示，举办北京市民体质促进民俗趣味运动会旨在以体质测试和民俗趣味运动项目体验为抓手，传播科学健身理念，带动更多社区举办全民健身活动。今年的活动自4月启动以来，得到了广大社区和居民的欢迎及积极参与。活动围绕京张体育文化旅游带建设、北京城市副中心“运河+体育”建设等，分别走进“回天地区”、延庆区百泉街道、通州区通运街道、丰台区花乡街道、朝阳区将台地区等5个地区，通过内容丰富、形式多样、受众广泛的体育活动，以体验与比赛并重的形式，带动社区居民、企业职工、退休人员、学生等参与其中，受到了当地居民的热烈欢迎，大家在体育运动中收获了健康与快乐。